




































	Montag 08.01.2024	Dienstag 09.01.2024	Mittwoch 10.01.2024	Donnerstag 11.01.2024	Freitag 12.01.2024
<b>Vorspeise</b>	Salatbuffet (Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Karotte) (Joghurt-Dressing (G) oder Essig-Öl-Dressing (J)) Topping mit Nüssen, Kerne, Ölsaten, Leinsamen	Salatbuffet (Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Karotte) (Joghurt-Dressing (G) oder Essig-Öl-Dressing (J)) Topping mit Nüssen, Kerne, Ölsaten, Leinsamen	Salatbuffet (Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Karotte) (Joghurt-Dressing (G) oder Essig-Öl-Dressing (J)) Topping mit Nüssen, Kerne, Ölsaten, Leinsamen	Salatbuffet (Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Karotte) (Joghurt-Dressing (G) oder Essig-Öl-Dressing (J)) Topping mit Nüssen, Kerne, Ölsaten, Leinsamen	Salatbuffet (Blattsalat, Tomate, Gurke, Paprika, Karotte) (Joghurt-Dressing (G) oder Essig-Öl-Dressing (J)) Topping mit Nüssen, Kerne, Ölsaten, Leinsamen
<b>Menü 1</b>	Eierpfannkuchen (A1, C, G) mit Blaubeeren und Vanillesauce (G)	Nürnberger Rostbratwürstchen (3,8) mit Zwiebelrahmsauce (G) und Kartoffelgratin (G)  	Hähnchenbrust mit Kräutersauce (A1, G), Erbsen-Möhrengemüse und BIO-Kartoffeln  	Geflügel-Leberkäse (J, I, F, L) Bratensauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree (G) 	Lauchcremesuppe mit Rind (G, I) und Weizenbrötchen (A1, G) 
<b>Menü 2</b>	Nudelpfanne "Asia" (A1, C) mit Hähnchenbrust, Karotten, Brokkoli und Edamame (Sojabohne) (F) 	Gemüse Nuggets (Karotte, Pastinake, Romanesco) (A1, G), Paprika-Kräuter-Dip und Kartoffelgratin (G)   	Seelachs in Tomatensauce mit Paprika und Kräutern. Dazu Gemüse-Vollkornreis (I)  	Falafelbällchen (aus Kichererbsen) mit BIO-Minzjoghurt (G) und Bulgur Salat (Paprika, Petersilie, Lauchzwiebeln)   	Nudelsuppe mit buntem Gemüse (Sellerie, Karotte, Erbsen) (A1, I) Dazu Weizenbrötchen (A1) und Saisonales Obst   
<b>Menü 3 vegetarisch</b>	Vegetarische Asianudelpfanne (A1, C) mit Gemüse (Karotte, Brokkoli, Edamame (Sojabohne))  	Semmelknödel mit Pilzrahmsauce (A1, C, G)  	Blumenkohlcurry mit bunten Linsen und Paprika dazu Bio Kartoffeln   	Vollkornnudeln (A1, C) mit italienischem Pesto (Kräuter, Parmesan (G), Olivenöl) Rucola-Tomaten-Parmesan-Topping (G) 	Vegetarische Lauchcremesuppe (G, I) mit Kartoffel Einlage. Weizenbrötchen (A1)  
<b>Dessert</b>	Saisonales Obst  	Karamellpudding (G)	BIO Kirschjoghurt (G)  	Milchreis mit Zimt und Zucker (G) 	Saisonales Obst  

A=Gluten (A1=Weizen, A2=Roggen, A3=Hafer, A4=Gerste), B=Krebstiere, C=Eier, D=Fisch, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Milch, H=Schalenfrüchte (H1=Mandeln, H2=Haselnüsse, H3=Walnüsse, H4=Cashewnüsse), I=Sellerie, J=Senf, K=Sesam, L=Sulfite, M=Lupinen 1=Farbstoff, 2=Konservierungsstoff, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=mit Phosphat, 9=mit Süßungsmittel, 10=enthält eine Phenylalaninquelle, 11=koffeinhaltig, 12=mit Milcheiweiß, 13=chininhaltig, 14=koffeinhaltig, 15=mit Süßungsmittel(n)

	<b>Montag</b> 08.01.2024	<b>Dienstag</b> 09.01.2024	<b>Mittwoch</b> 10.01.2024	<b>Donnerstag</b> 11.01.2024	<b>Freitag</b> 12.01.2024
<b>Vorspeise</b>	1,02 g Eiweiß 0,33 g Fett 3,13 g KH 20 Kcal	1,02 g Eiweiß 0,33 g Fett 3,13 g KH 20 Kcal	1,02 g Eiweiß 0,33 g Fett 3,13 g KH 20 Kcal	1,02 g Eiweiß 0,33 g Fett 3,13 g KH 20 Kcal	1,02 g Eiweiß 0,33 g Fett 3,13 g KH 20 Kcal
<b>Menü 1</b>	0,10 g Eiweiß 0,10 g Fett 18,80 g KH 77 Kcal	17,48 g Eiweiß 31,25 g Fett 13,55 g KH 406 Kcal	19,33 g Eiweiß 15,15 g Fett 27,18 g KH 322 Kcal	17,00 g Eiweiß 27,49 g Fett 18,00 g KH 397 Kcal	10,56 g Eiweiß 10,90 g Fett 49,29 g KH 348 Kcal
<b>Menü 2</b>	22,31 g Eiweiß 8,79 g Fett 63,93 g KH 435 Kcal	11,93 g Eiweiß 22,18 g Fett 37,95 g KH 405 Kcal	6,20 g Eiweiß 2,90 g Fett 53,68 g KH 278 Kcal	18,77 g Eiweiß 20,88 g Fett 65,01 g KH 554 Kcal	2,03 g Eiweiß 0,26 g Fett 13,97 g KH 72 Kcal
<b>Menü 3 vegetarisch</b>	10,60 g Eiweiß 7,64 g Fett 63,08 g KH 375 Kcal	21,81 g Eiweiß 11,24 g Fett 56,93 g KH 433 Kcal	18,77 g Eiweiß 15,21 g Fett 38,85 g KH 388 Kcal	8,82 g Eiweiß 15,24 g Fett 2,28 g KH 239 Kcal	13,70 g Eiweiß 15,78 g Fett 49,52 g KH 409 Kcal
<b>Dessert</b>	1,15 g Eiweiß 0,18 g Fett 21,39 g KH 95 Kcal	2,71 g Eiweiß 5,34 g Fett 16,15 g KH 123 Kcal	3,98 g Eiweiß 1,30 g Fett 11,49 g KH 76 Kcal	6,80 g Eiweiß 4,08 g Fett 51,00 g KH 275 Kcal	1,15 g Eiweiß 0,18 g Fett 21,39 g KH 95 Kcal